



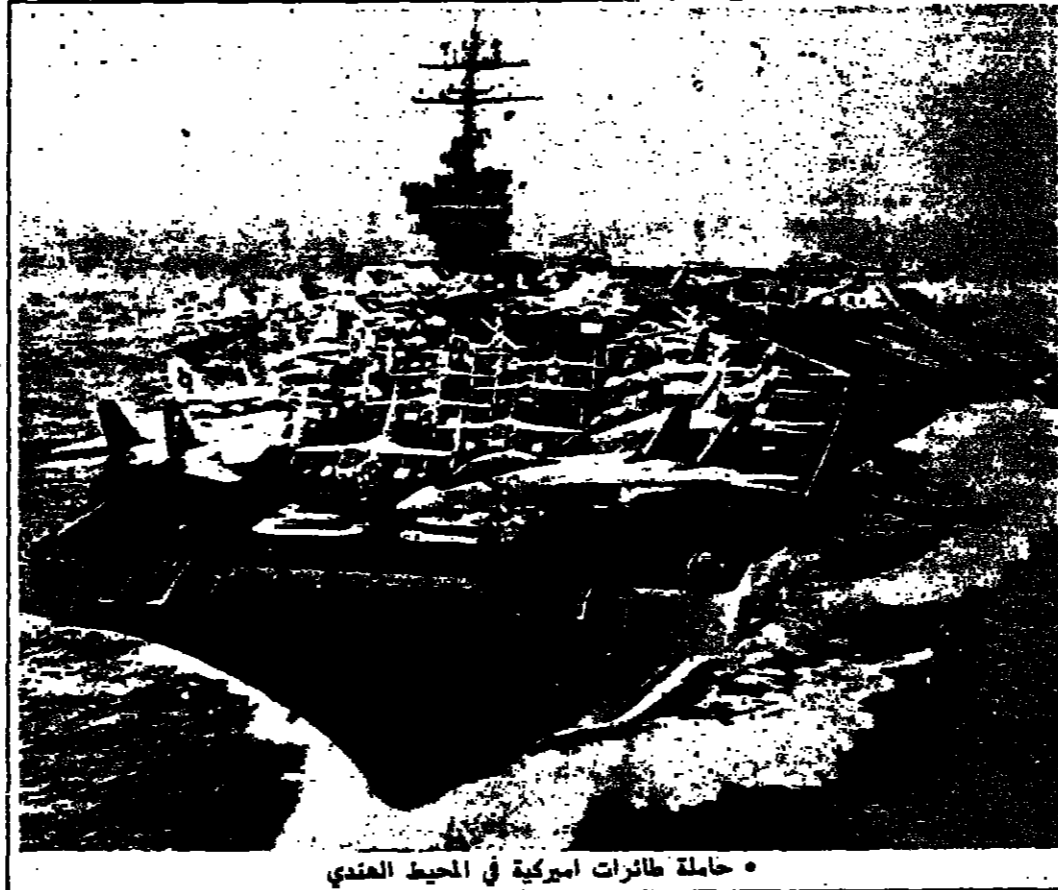




أحد قطع الاسطول البحري السوفياتي في البحر الأبيض المتوسط.

# مواجهة النفوذ السوفياتي : أميركا تدعم قواتها العسكرية في المحيط الهندي هل عادت واشنطن «لدبلوماسية المدافع» وسياسة الأخلاق؟

على حد ما أعلن الرئيس كارتر من المتوقع ان يتم دعم وحدات الاسطول الأمريكي عند مدخل الخليج العربي خلال هذا الشهر بربع سفن حربية على منها ١٨٠ رجل و ١٨ طائرة هليكوبتر وديابات وصواريخ هذه الامم تؤكد ما قبلان واشنطن تسعى الى دعمها في المنطقة في مواجهة الاتحاد السوفياتي - مزيد من التفاصيل في المقال التالي الذي نشرته صحيفة (جون أوفريك).



حاملة طائرات أميركية في المحيط الهندي

لكن واشنطن في ١١ شباط الماضي ان كندا والصومال وعمان وهي من السدود المخلت على المحيط الهندي والخليج قد تلت بالسلطة لان هذا البلد « قد يستعملها البشارة بمخبرة عسكرية ضد ليبيا ». عودة الى دبلوماسية الاخلاق؟ الرئيس كارتر ان ١٨٠ من رجال البحرية على أربع سفن حربية ومعهم ١٨ طائرة هليكوبتر وديابات من طراز ام ١٩ وصواريخ ضخمة للديابات من طراز نوو دراغون سوف تنضم في شهر آذار الى وحدات الاسطول الأمريكي التي تبخر في مياه البحر عند مدخل الخليج.

وحسب عبارات مسؤول في ادارة كارتر فان هذه الاجراءات ليست الا تحركات مشروع واسع سوف ينجح لو انشطن وان « نحو الشرق الاطلسي الأمريكي في منطقة الخليج العربي من طراز ام ١٩ وصواريخ ضخمة للديابات من طراز نوو دراغون سوف تنضم في شهر آذار الى وحدات الاسطول الأمريكي في بعض الموانئ والمطارات الكينية والصومالية والجيبيوتي والمالديبية وكذلك بخرين وحدات واجيزة للوحدات

المسؤولين في وزارة الخارجية الأمريكية حتى يظهر الإسف لقرار تزويد الصومال بالسلطة لان هذا البلد « قد يستعملها البشارة بمخبرة عسكرية ضد ليبيا ». عودة الى دبلوماسية الاخلاق؟ الرئيس كارتر ان ١٨٠ من رجال البحرية على أربع سفن حربية ومعهم ١٨ طائرة هليكوبتر وديابات من طراز ام ١٩ وصواريخ ضخمة للديابات من طراز نوو دراغون سوف تنضم في شهر آذار الى وحدات الاسطول الأمريكي في بعض الموانئ والمطارات الكينية والصومالية والجيبيوتي والمالديبية وكذلك بخرين وحدات واجيزة للوحدات

المسؤولين في وزارة الخارجية الأمريكية حتى يظهر الإسف لقرار تزويد الصومال بالسلطة لان هذا البلد « قد يستعملها البشارة بمخبرة عسكرية ضد ليبيا ». عودة الى دبلوماسية الاخلاق؟ الرئيس كارتر ان ١٨٠ من رجال البحرية على أربع سفن حربية ومعهم ١٨ طائرة هليكوبتر وديابات من طراز ام ١٩ وصواريخ ضخمة للديابات من طراز نوو دراغون سوف تنضم في شهر آذار الى وحدات الاسطول الأمريكي في بعض الموانئ والمطارات الكينية والصومالية والجيبيوتي والمالديبية وكذلك بخرين وحدات واجيزة للوحدات

المسؤولين في وزارة الخارجية الأمريكية حتى يظهر الإسف لقرار تزويد الصومال بالسلطة لان هذا البلد « قد يستعملها البشارة بمخبرة عسكرية ضد ليبيا ». عودة الى دبلوماسية الاخلاق؟ الرئيس كارتر ان ١٨٠ من رجال البحرية على أربع سفن حربية ومعهم ١٨ طائرة هليكوبتر وديابات من طراز ام ١٩ وصواريخ ضخمة للديابات من طراز نوو دراغون سوف تنضم في شهر آذار الى وحدات الاسطول الأمريكي في بعض الموانئ والمطارات الكينية والصومالية والجيبيوتي والمالديبية وكذلك بخرين وحدات واجيزة للوحدات

المسؤولين في وزارة الخارجية الأمريكية حتى يظهر الإسف لقرار تزويد الصومال بالسلطة لان هذا البلد « قد يستعملها البشارة بمخبرة عسكرية ضد ليبيا ». عودة الى دبلوماسية الاخلاق؟ الرئيس كارتر ان ١٨٠ من رجال البحرية على أربع سفن حربية ومعهم ١٨ طائرة هليكوبتر وديابات من طراز ام ١٩ وصواريخ ضخمة للديابات من طراز نوو دراغون سوف تنضم في شهر آذار الى وحدات الاسطول الأمريكي في بعض الموانئ والمطارات الكينية والصومالية والجيبيوتي والمالديبية وكذلك بخرين وحدات واجيزة للوحدات

# أفكار الصحف

صحفنا (عل - هشام) و « هاريس » ، نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

صحفنا (عل - هشام) و « هاريس » ، نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

صحفنا (عل - هشام) و « هاريس » ، نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

صحفنا (عل - هشام) و « هاريس » ، نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

صحفنا (عل - هشام) و « هاريس » ، نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

صحفنا (عل - هشام) و « هاريس » ، نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

صحفنا (عل - هشام) و « هاريس » ، نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

صحفنا (عل - هشام) و « هاريس » ، نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

صحفنا (عل - هشام) و « هاريس » ، نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

# تحليل

## معاهدة السلام .. بعد عام !

اليوم وحيث نحل الذكرى الاولى للتوقيع على معاهدة السلام بين اسرائيل ومصر في ٢٦ ايلول - تشرين الثاني ١٩٧٨ - نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

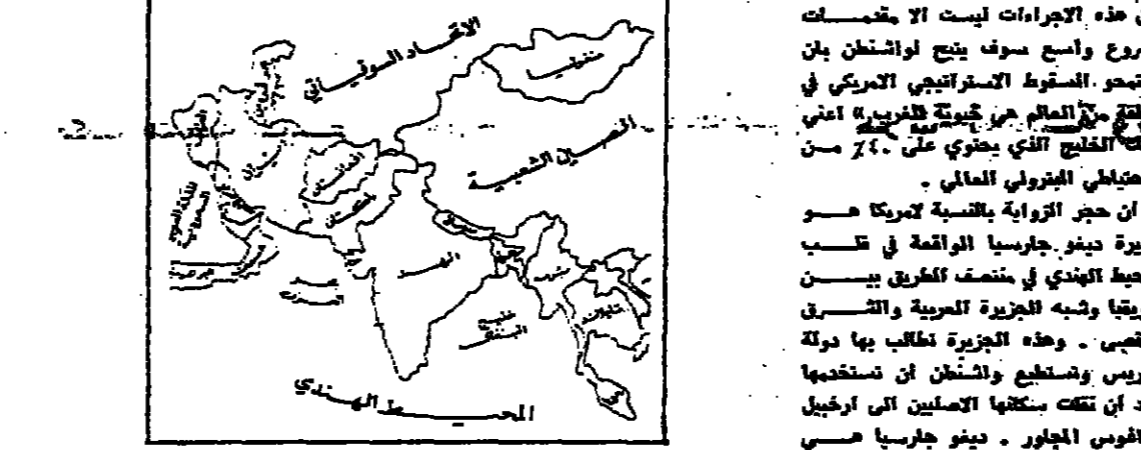
اليوم وحيث نحل الذكرى الاولى للتوقيع على معاهدة السلام بين اسرائيل ومصر في ٢٦ ايلول - تشرين الثاني ١٩٧٨ - نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

اليوم وحيث نحل الذكرى الاولى للتوقيع على معاهدة السلام بين اسرائيل ومصر في ٢٦ ايلول - تشرين الثاني ١٩٧٨ - نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

اليوم وحيث نحل الذكرى الاولى للتوقيع على معاهدة السلام بين اسرائيل ومصر في ٢٦ ايلول - تشرين الثاني ١٩٧٨ - نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

اليوم وحيث نحل الذكرى الاولى للتوقيع على معاهدة السلام بين اسرائيل ومصر في ٢٦ ايلول - تشرين الثاني ١٩٧٨ - نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.

اليوم وحيث نحل الذكرى الاولى للتوقيع على معاهدة السلام بين اسرائيل ومصر في ٢٦ ايلول - تشرين الثاني ١٩٧٨ - نشدنا الحكومة في افتتاحها العمل على مناقشة قرار مجلس الوزراء بشأن موضوع اقامة معهد ودراسة ميدانية في الخليل في لجنة الخارجية الامم باسرع فرصة ممكنة على امل الفاء هذا القرار.



# فرنسا أكثر الحلفاء الغربيين ازعاجاً لأمريكا وحلف الاطلسي

مرة اخرى التفت فرنسا الى التحالف الغربيين في مواجهة النفوذ السوفياتي في المنطقة. وقد أعاد هذا الموقف الى الإذعان للقرار الذي اتخذته الرئيس الراحل ديغول عام ١٩٦٦ وهو سحب القوات الفرنسية من القاعدة المشتركة لطشمال الأطلسي ، كما أعلن في ١٩٧٢.

مرة اخرى التفت فرنسا الى التحالف الغربيين في مواجهة النفوذ السوفياتي في المنطقة. وقد أعاد هذا الموقف الى الإذعان للقرار الذي اتخذته الرئيس الراحل ديغول عام ١٩٦٦ وهو سحب القوات الفرنسية من القاعدة المشتركة لطشمال الأطلسي ، كما أعلن في ١٩٧٢.

مرة اخرى التفت فرنسا الى التحالف الغربيين في مواجهة النفوذ السوفياتي في المنطقة. وقد أعاد هذا الموقف الى الإذعان للقرار الذي اتخذته الرئيس الراحل ديغول عام ١٩٦٦ وهو سحب القوات الفرنسية من القاعدة المشتركة لطشمال الأطلسي ، كما أعلن في ١٩٧٢.

مرة اخرى التفت فرنسا الى التحالف الغربيين في مواجهة النفوذ السوفياتي في المنطقة. وقد أعاد هذا الموقف الى الإذعان للقرار الذي اتخذته الرئيس الراحل ديغول عام ١٩٦٦ وهو سحب القوات الفرنسية من القاعدة المشتركة لطشمال الأطلسي ، كما أعلن في ١٩٧٢.

هذا من الاصل

# شؤون

### في عيد الام

لم تبق كلمة مدح واجلال الا وقيت في الام ، على من العصور في كل الحب وتحت جميع الظروف

ومع ذلك ، يبدو ان الكلمات والتصريحات والاعمال لم وان تف الام حقها علينا وواجبنا تجاهها. بل ليس بإمكاننا ان نعبر عن عرفاننا بالجميل لما تنهله الام ولما تحمله الامومة من اروع وارقي ضروب الانسانية والحياة والبقاء .

وبما ان وظيفة الام تتمتع من عام الى اخر وتزيد اهميتها مع تقدم العلم وتطور اساليب الحياة ، غانته على المجتمع ان يعطيهما جزيلاً من الانتباه والعناية ويعددها افضل اعداد الامومة .

ولا نرى استئثاراً افضل من العلم والتفكير وتكافؤ الفرص امام فتاة اليوم لتتمكن من تحمل مسئولية الامومة غدا .

### راي في مشكلتك

انا شباب في السادسة عشرة من العمر .. مذهبي مسلم ، ومن الطبيعي ان الصلاة واجبة على كل انسان .. اريد ان اصلي ولكن ممارستي للعادة السرية تحول دون ذلك .. وللأسف الشديد لم استطع الانخراط عن ممارسة هذه العادة .. فارتدوني ..

لدى مراجعة احد اطباء الاختصاص بالامراض التناسلية .. اجاب مشكوراً بما يلي : لا شك في ان العادة السرية مخرصة للجسم ، وخاصة لدى الشبان الصغار .. وعلاجها الوحيد هو الإرادة القوية ، فهي التي تساعد على ترك هذه العادة .. ان الرياضة ، والتفكير ، والاعمال المفيدة التي تشغل فراغك ، هي ايضا من اهم العوامل التي تساعد على ترك هذه العادة ..

## تحفة مع : الاستاذ ابراهيم خوري

### مدير مركز تأهيل المعوقين والمكفوفين في الناصرة

اعلنت هيئة الامم المتحدة عن سنة ١٩٨١ كعام المعوق العالمي ، والهدف من ذلك هو لفت انتباه المجتمعات العالمية الى هذه الفئة من الناس ومحاولة الإخديدها ، ودعمها وتقديم المساعدات النفسية والمعنوية والمادية لكافة الافراد التي حرمتهم الطبيعة مما ينتج به غيرهم من الناس ..

وقد توجهت هيئة الامم الى جميع الدول واتخذت مني الفكرة ، وعلى اثر توجه اللجنة الدولية الخاصة بالثقافة عن الامم المتحدة ، اعربت الحكومة عن موافقتها القوية على مشاركة بقية المجتمعات والدول في هذا العام .

وخلال ايام معدودة تشكلت لجنة اسرائيلية مؤلفة من ١٨ مسؤولاً من مختلف الوزارات ومؤسسات التأهيل والمستشفيات والجهات الشعبية .

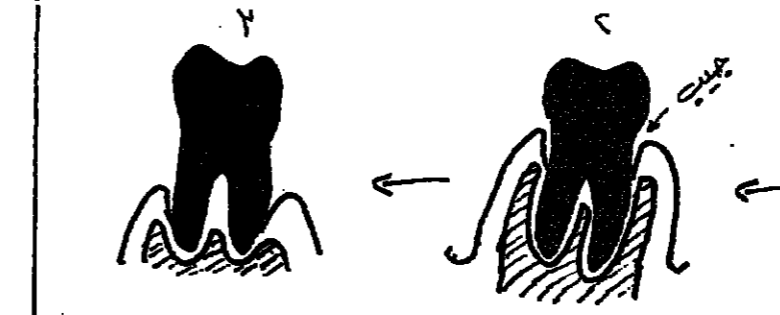
وقد اتخبت السيدة عزيزه بين ، عقيلة رئيس الوزراء ، ورئيسة لعم المعوقين العالمي ، بينما عين السيد ابراهيم خوري مدير قسم العلاقات الدولية في وزارة الرفاه الاجتماعي مركزاً للجنة الاسرائيلية ومسؤولاً عن ادارة اللجان الفرعية المنتدبة عنها .

وفي الاجتماعات الاولى للجنة الاسرائيلية تفر القام بنشاطات مختلفة خلال العام وبورش عملاً بالاعداد لها .

وعلم ان العام الدولي للمعوقين سيضم نشاطات طوعية مختلفة ، كما وبمعاون خاله حريا ضد البطالة ، حيث ان المعوقين هم اول من تظنه امكان العمل .

كذلك سيقدم في اواسط شباط ١٩٨١ مؤتمر عالمي ليحث موضوع «المعوق والقانون» بالتعاون مع اللجنة الاسرائيلية للثقافة والمكفوفين ولجنة التأهيل الاسرائيلية .

اما في خريف ١٩٨١ سيقدم مؤتمر عالمي حول «التصميم للمعوقين» يشترك فيه وفود من مختلف دول العالم ، وسيتم فيه مناقشة وعرض مختلف الحاجيات



كذلك سيقدم في اواسط شباط ١٩٨١ مؤتمر عالمي ليحث موضوع «المعوق والقانون» بالتعاون مع اللجنة الاسرائيلية للثقافة والمكفوفين ولجنة التأهيل الاسرائيلية .

وتجدر بالذكر هنا ، ان بعض حالات انتاخ وتورم اللثة تراقب للحمل او تصيب المرأة التي تتعاطى اقراص منع الحمل .

كذلك هناك بعض الالوية التي تسبب تورم اللثة «مرض الوتوق في اللثة» . وفي مثل هذه الحالات ، يجب الانتباه الدائم لوضع اللثة حتى لا يتورم هذه التورم الى مراحل متقدمة تسبب في تاكل وهدم العظم المحيط بالنسن .

وعندما تنقل الإصابة من اللثة الخارجية الى الداخلية ، يكون جيب بين السن واللثة . عمق وحجم هذا الجيب يتعلق بمدى تورم اللثة ، وفي بعض الحالات

تنتاخ وتورم اللثة تراقب للحمل او تصيب المرأة التي تتعاطى اقراص منع الحمل .

كذلك هناك بعض الالوية التي تسبب تورم اللثة «مرض الوتوق في اللثة» . وفي مثل هذه الحالات ، يجب الانتباه الدائم لوضع اللثة حتى لا يتورم هذه التورم الى مراحل متقدمة تسبب في تاكل وهدم العظم المحيط بالنسن .

## هكذا من الاصل



### الطبيبة بيانا



امى .. احترام كبيراً في عيدها ! كيف احفظ به ، وكيف احفظ بك ...

هل اقله الكبار لا لا اريد ، فلما ارى كثيرا من الاهتمام والتصنع في تحريفهم في عيدك ..

انا لا اتصدق انهم لا يعرفونك بطبي ولكن احفظهم الصاحب الاستمراري في يوم عيدك يبدو وكأنه تغير عن فطيمه لحظه خلال بقية ايام السنة ..

ولما كان هذا المركز هو المركز العربي الوحيد « يعمل مركز آخر في اللثة على نطاق ضيق جدا » لتاهيل المعوقين وقد تأسس في اواخر عام ١٩٧٨ ليخدم خدمات التأهيل والرعاية التي ينظر لها مئات المعوقين في الوسط العربي في البلاد .

ويبلغ عدد المتضمنين من خدمات هذا المركز ٤٥ موقفاً من مختلف القرى العربية في الشمال .

اما الخدمات التي يقدمها المركز فهي كثيرة ومتنوعة ، ونظراً للاختلاف في اسباب الاعاقات التي يعاني منها المعوقين ، وتطور حول التدريس المسام والخاص ، وتاهيل المعوق للقيام بالاعمال المناسبه له حسب قدرته ورغبته وسماحته فيما بعد في ايجاد مكان عمل في السوق ليقوم بدوره في خدمة المجتمع ولينك من اعماله نفسه .

والمعوق عادة هو الذي يختار المهنة التي يريدونها ويعهد العهد في تأهيله للعمل فيها ، ويقوم بتحويل مدة التأهيل .

## أمى ..

### يقلم : مها الخازن - الناصرة

احب الناس لى امى ومن بالروح تصبى تكلم من ليله قليت على مهدي تصبى كلمة ... طالا تفرق بها لساننا ونطقها تخافتنا ...

كلمة ... اعتنا لا نستغنى عنها ايلا ولا نهارا .. الا وهي كلمة امى . امى التي علمني الحب والضحك ، الوفاء والامان ، والسعادة والتهان ..

امى التي خلقت مني رجلا او امرأة ناجحة في المجتمع ، مليئة بالبرقة والانسانية ، تقرة للظروف الزمنية ، محبة لكل انسان فاسر كان ام يافقا ، علمتني النقاء والاخلاص ، لجميع الناس وكل الناس ، قائم تحمل معاني واسعة اكبر من ان تصورها عقل انسان ، فهي جبل اي شجرة تمتلئ النضج ثم الحنان ثم الوفاء فالبرقة والانسانية الخ .. من صفات صادقة لا يترا برامى على خط جبينها لتقتل مقامتها ، فهي الام التي لم تطلب ايديا مقابل نضجها .

فلا تعلم منى كبر نجهنا تعود لى وكل عام وانت اجمل من كل

### أجمل تعليق

زاوية يرعاه ستوديو كاسيت الناصرة ، مقابل سينما نداء اشترطه بسجلة من الجودة الممتازة لجميع الطرب والمطربات الشرطية لترانيم عيد الفصح فيما يلي بعض التعليقات التي وصلتنا حول الكاركاتير نشرناه قبل اسبوعين ..



حيك مر مثل الكينا وتريك نار عم توكينا محمود قاسم زبيدات ، ص.ب ١٠١٢ - طبعون خليفه اسول الجسي قلمي يا حاتمى ..

منى حسن جارحي - عكا القديسة حب الحياه كده وصال الفتح عبد الله تعجب عكا القديسة يا ماما تجاهليه ، وخليفه طبق جانيبت دؤخنى - ترشيفا

من حبي بنت عمى انعمى قلمي وخلا بنت عمى تقصب قلمي نمرين ميران بقديشى سمير هالمسكته الوليدى محمد - بئر السبع قلت لك هاي طاقية عيسى نمر - القدس ان كيدهم - وليس كيدهم - عظيم شريف طاهر شريف - سجن الرملة يا هيبيل ، هذا موديل مصطنع اكييلات - بيروية بتصدقى يا امى روح زوجى معنا ايتسام مقصري - عكا

راس امى موش طاولة سهيل خوري - القدس اخر صيحة في عالم الكليات ناديا انتاع - شيفا عسرو ليش ما تشترى طاولة ؟ رؤوف احمد محسود - طولكرم حاول قدما يدك .. اتى صليمة نهالقة سعيد الناصرة رايحة تظلم عندها كمان شهر حسي عبد الله - نابلس خليك محتزرف على طول وردة كرام - حيفا نزار كسي عيسى نزار اخلاص عيسى المزرعة وقد فاز بكاسيت سجل هنية ستوديو الناصرة القراء اسمؤوم :

محمود زبيدات ■ شريف شريف ■ ايتسام مقصري ■ نهى القاتزين وتننى لبقية القراء حقا اوفر مع الكا الجديد ..

## الثه .. اسبابها وعوارضها

### يقلم : الدكتور اميل مشعور

تضع الطريق امام الجرثام نفسها ، بعد ان كانت تهجم الارزات والارتبات التي تكون الجيب .

وتجدر بالذكر هنا ، ان بعض حالات انتاخ وتورم اللثة تراقب للحمل او تصيب المرأة التي تتعاطى اقراص منع الحمل .

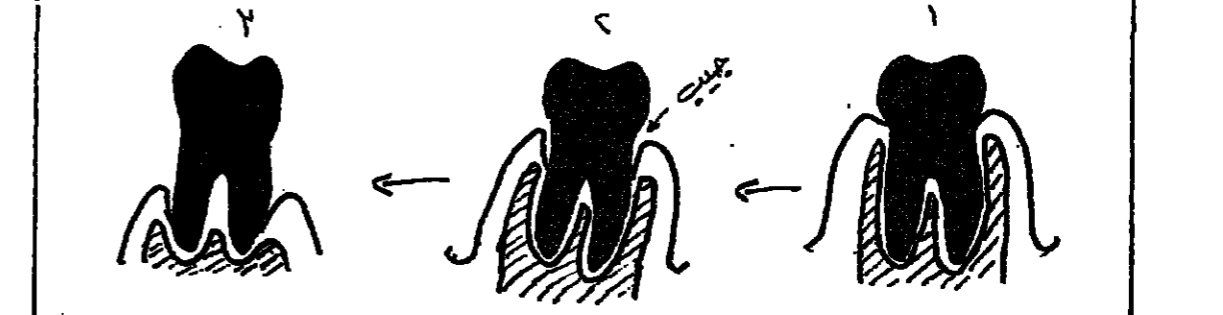
كذلك هناك بعض الالوية التي تسبب تورم اللثة «مرض الوتوق في اللثة» . وفي مثل هذه الحالات ، يجب الانتباه الدائم لوضع اللثة حتى لا يتورم هذه التورم الى مراحل متقدمة تسبب في تاكل وهدم العظم المحيط بالنسن .

وعندما تنقل الإصابة من اللثة الخارجية الى الداخلية ، يكون جيب بين السن واللثة . عمق وحجم هذا الجيب يتعلق بمدى تورم اللثة ، وفي بعض الحالات

تنتاخ وتورم اللثة تراقب للحمل او تصيب المرأة التي تتعاطى اقراص منع الحمل .

كذلك هناك بعض الالوية التي تسبب تورم اللثة «مرض الوتوق في اللثة» . وفي مثل هذه الحالات ، يجب الانتباه الدائم لوضع اللثة حتى لا يتورم هذه التورم الى مراحل متقدمة تسبب في تاكل وهدم العظم المحيط بالنسن .

وتجدر بالذكر هنا ، ان بعض حالات انتاخ وتورم اللثة تراقب للحمل او تصيب المرأة التي تتعاطى اقراص منع الحمل .



الاشيرة بشكل حثيث ونجح العلماء في التعرف على كافة أشكال اللثة ومعالجتها، نصار من السهل والمضمون منع بعض حالات فقدان جميع السنن ، وحتى في سن مبكرة ، نتيجة لمرض اللثة .

أمراض اللثة في الظروف الطبيعية يكون لون اللثة زهريا واضحا .

كثير من الامراض العامة في الجسم تظهر على اللثة . ولكننا نستطيع بالتفريق الى امراض اللثة التي تبدأ من داخل الفم .

وتعريف امراض اللثة بانها تلك الامراض التي تتلخص في الهمد التدريجي للانسجة الكيوية للسن .

وفي المراحل الاولى يمكن علاج هذه الامراض وارجاع اللثة الى وضعها الطبيعي . ويحدث ذلك عندما يتحصن المرض في القسم الرخو ، اي اللثة الخارجية . اي عندما يتسرب المرض الى القسم الصلب ، اي العظم ، فتنه سيؤوب تدريجيا . وبالطبع في مثل هذه الحالة فان القسم الذي ذاب لا يمكن ارجاعه الى طبيعته ، كما هو الوضع عندما تكون الإصابة في اللثة الخارجية . ومن هنا فان الامراض التي تصيب اللثة الداخلية ، والصلبة ، تعتبر خطيرة .

ان اولى اعراض هذا المرض هو تغير لون وشكل اللثة . اللون يتحول من زهري الى احمر اما شكلها الصلب فيتحول الى رخو ومائع . كذلك فهي تتورم وتقرح ويجرد لها . هذه هي اعراض الالتهابات والاصابة . وكما سبق ولكرنا ، في هذه المرحلة الاولى يمكن معالجة المرض ويزوال اعراضه تعود اللثة الى حالتها الطبيعية .

ملاحظة : نعود ونطلب من القراء ارسال رسائلهم الى ص.ب ٤٢٨ - القيس ولدى الد الناصرة او تل انبياء

# اليوم لقاء المنتخب القومي الإسرائيلي مع أرنندا الشمالية في كأس العالم

## الرياضة الرياضية

### اعداد تميز لحة



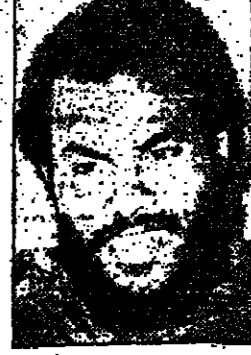
عويد مخنس



موشيه كريباني



جديسون دامتي



رمعت ترك



غيورا شيفيتل



يعقوب كوهين



حليم بار



ابي كوهين



حامي الرمي



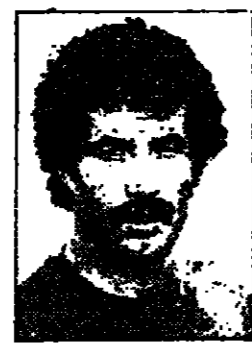
اريه حبيب



يسحق شوم



نوح ابنشيمون



فيكي بيرتسي



جدا مخنس



يوسف مزراهي

### اللقاء المنتظر بين إسرائيل وأرنندا الشمالية

في الساعة الرابعة والتفصين بعد ظهر اليوم - الأربعاء - وعلى استاد رمات غان يجري المنتخب القومي الإسرائيلي أولى مبارياته ضمن مباريات التصفيات للكرة القاسية. ومن المحتمل حضور أكثر من أربعين ألف شخص إلى هذه المباراة. ولعب المنتخب الإسرائيلي بالترتيب التالي: أريه حبيب، حارس المرمى، جديسون دامتي، كابتين المنتخب، رمعت ترك، حليم بار، يعقوب كوهين، ابي كوهين، فيكي بيرتسي، عويد مخنس، غيورا شيفيتل، يعقوب كوهين، موشيه كريباني.

في الساعة الرابعة والتفصين بعد ظهر اليوم - الأربعاء - وعلى استاد رمات غان يجري المنتخب القومي الإسرائيلي أولى مبارياته ضمن مباريات التصفيات للكرة القاسية. ومن المحتمل حضور أكثر من أربعين ألف شخص إلى هذه المباراة. ولعب المنتخب الإسرائيلي بالترتيب التالي: أريه حبيب، حارس المرمى، جديسون دامتي، كابتين المنتخب، رمعت ترك، حليم بار، يعقوب كوهين، ابي كوهين، فيكي بيرتسي، عويد مخنس، غيورا شيفيتل، يعقوب كوهين، موشيه كريباني.

### لقاء مع الدكتور رضا شورا .. نصائح للاعبين نرجو مراعاتها

اجرت اللقاء - دينا محمد سمارة

التشاطر الرياضي الذي تم وسطنا العربي بممارسة الشباب الرياضة بترونها الخفيفة بمعنى إلى أن أكثر من الوسائل الصحية التي يمكن بواسطتها المحافظة على لياقة اللاعب سواء قبل المباراة أو بعدها ، وخاصة أن الإف الرياضي يمارسون لعبة كرة القدم .. اللعبة الشعبية والأحببة إلى الشباب شباها العربي ، حيث أنه لا تظهر قربة عربية من فريق أو أكثر في لعبة كرة القدم

لما بعد المباراة هناك جهد قد بذل وطاقة كبيرة قد استنزمت ، وفي بعض الأوقات تكون الدورة الدموية مركزة لتعود عضلات القلب وعضلات الجسم المختلفة ، وعلى اعتبار أن عملية الأكل نفسها عملية تحتاج إلى طاقة وجهد ، وليس من الصواب أن نجهد الجسم الجهد أساسا أكثر من الأكل ..

لذا نكل لاعب ، يحتاج بعد المباراة إلى فترة راحة كاملة ، ويختلف هذا الفترة من لاعب لآخر ، ولكن النصح بان تكون على الأقل هذه نصف ساعة ، بعد هذه الفترة يستطيع اللاعب أن يتناول ما يليه له من الطعام والشراب ، شرطه أن يلا منه في حدود الاعتدال ..

ومن أجل المحافظة على اللياقة يحد على اللاعب إجراء التمرينات لتأخرات بالأسرع ، وإذا أمكن بوجها أحشاء تمرينات العضلات والقوى والجرى منها احدى وأنصح للرياضة .. وأن يمتنع عن التدخين والمشروبات الروحية كلها .. الأمر الذي يساعد اللاعب على أن يمتنع بمتوى ربيع من اللياقة البدنية ..

### في خدمة الحكام الرياضيين

غارات الحكام الرياضيين كثيرا ما تكون موضع ملاحظة في المباريات العالمية التي نعد بها النتائج النهائية أحيانا على جزء من اللعبة .. وعن طريق تقنية التصوير الصريح أصبح بإمكان أذن القضاة كافة المراحل الصعبة لحركات اللاعبين .. لكن استخدام أجهزة الأضواء والتصوير هذه ، يتطلب تعديل أنظمة الاتحاد الدولي الرياضي المعمول بها الآن ..

### المزرعة - أبو سنان

٣ : صفر

من نجيب صعب .. على ملعب الكر .. فاز فريق هيرويل في المباراة الثالثة برصيد ١٠ أهداف ..

### بيطار معلوت - سخنين

٤ : ٦

من صالح خوري .. على ملعب معلوت .. التي هزمت هيرويل سخنين مع فريق بيطار معلوت في الدقيقة الثالثة برصيد ١١ أهداف ..

### أبو الجنى - عرابية

١ : ٢

من كمال حروب .. على ملعب الناصرة ، فاز فريق بنر أبو الجنى على فريق هيرويل مراهبة بجدتين مكال هدف واحد ..

### ترشيحا - صفد

١ : صفر

على ملعب صفد ، التي هزمت ترشيحا مع فريق هيرويل مراهبة في الدقيقة الثالثة برصيد ١١ أهداف ..

### هكواح دالية - نتان

١ : ٢

من تيلي وجيه .. على ملعب دالية الكرميل ، تبارى فريق هكواح دالية الكرميل مع هيرويل نتان في الدقيقة الثالثة برصيد ١١ أهداف ..

### عيمق طمرا - كفر مصر

١ : ٤

على ملعب كفر كما .. استطاع فريق هيرويل عيمق طمرا على فريق هيرويل كفر مصر برصيد ١١ أهداف ..

### مشهد - كشافة سخنين

٢ : صفر

على ملعب كفر كما .. استطاع فريق هيرويل مشهد الفوز على فريق هيرويل كشافة سخنين بثلاث أهداف مقابل صفر ..

### أبو الجنى - عرابية

١ : ٢

من كمال حروب .. على ملعب الناصرة ، فاز فريق بنر أبو الجنى على فريق هيرويل مراهبة بجدتين مكال هدف واحد ..

### بيطار معلوت - سخنين

٤ : ٦

من صالح خوري .. على ملعب معلوت .. التي هزمت هيرويل سخنين مع فريق بيطار معلوت في الدقيقة الثالثة برصيد ١١ أهداف ..

### أبو الجنى - عرابية

١ : ٢

من كمال حروب .. على ملعب الناصرة ، فاز فريق بنر أبو الجنى على فريق هيرويل مراهبة بجدتين مكال هدف واحد ..

### ترشيحا - صفد

١ : صفر

على ملعب صفد ، التي هزمت ترشيحا مع فريق هيرويل مراهبة في الدقيقة الثالثة برصيد ١١ أهداف ..

### هكواح دالية - نتان

١ : ٢

من تيلي وجيه .. على ملعب دالية الكرميل ، تبارى فريق هكواح دالية الكرميل مع هيرويل نتان في الدقيقة الثالثة برصيد ١١ أهداف ..

### عيمق طمرا - كفر مصر

١ : ٤

على ملعب كفر كما .. استطاع فريق هيرويل عيمق طمرا على فريق هيرويل كفر مصر برصيد ١١ أهداف ..

### مشهد - كشافة سخنين

٢ : صفر

على ملعب كفر كما .. استطاع فريق هيرويل مشهد الفوز على فريق هيرويل كشافة سخنين بثلاث أهداف مقابل صفر ..

عويد مخنس

موشيه كريباني

جديسون دامتي

رمعت ترك

غيورا شيفيتل

يعقوب كوهين

حليم بار

ابي كوهين

حامي الرمي

اريه حبيب

يسحق شوم

يوسف مزراهي

جدا مخنس

يوسف مزراهي

يوسف مزراهي

جدا مخنس

يوسف مزراهي

جدا مخنس

يوسف مزراهي

جدا مخنس

يوسف مزراهي

يوسف مزراهي

جدا مخنس

يوسف مزراهي

جدا مخنس

يوسف مزراهي

جدا مخنس

يوسف مزراهي

فيها الخازن - للرياضة  
أحد أهم ما يلاحظه في مباريات كرة القدم هو دور اللاعبين الذين لا يلعبون في الملعب ولكنهم يترصدون اللاعبين من الخارج ويحاولون إرباكهم وتشتيتهم عن اللعب. وهذا الدور هو دور اللاعبين الذين يلعبون في الخارج. وهم الذين يترصدون اللاعبين من الخارج ويحاولون إرباكهم وتشتيتهم عن اللعب. وهذا الدور هو دور اللاعبين الذين يلعبون في الخارج.

### تعليق

الناصرة ، مقابل صفد  
استدعى لجمعية كرة القدم  
شرايخ عيسى عبد الله  
وصفنا حول الكارثة

وقرر نارساء  
من ١٠١٢ - ١٠١٣  
سي قلبي يا حبيبي  
شرايخ عيسى عبد الله  
وصفنا حول الكارثة

ده وسال  
عكا التنية  
وخليه بطا  
نات المنة فريق الكر فان الشوط  
انصبي في انتهى بالتعامل بدون اصابت  
تفضيلا بخلي الشوط الثاني .. وفي الحقيقة انه  
تكن جلال اسدي بن احرار اصابت  
وفي الدقيقة السبعين شكر مسفر  
بطل عاد خطيب وبعد خمس دقائق  
في دور اسدي وحل محله خير اسدي  
التفويث قام بها فريق الفريق  
حسم المباراة وملا تكن جلال  
في من احرار اصابته الثانية نسي  
في احرار اصابت فريق هيرويل  
بعدين مكال لا شه ..  
انقل جميع اعضاء الفريق وتلقى  
بيته حامي الرمي ابو اللؤلؤ ..

مباراة لم تتم بين  
مكابي كفر كنا وطهران  
من فيصل خطيب ..  
على ملعب سخنين ، التي هزمت ترشيحا مع فريق هيرويل مراهبة في الدقيقة الثالثة برصيد ١١ أهداف ..





